

# DBT som ledelsesfilosofi

Tone Enge Bertelsen

DBT teamleder/psykologspesialist

# DBT som ledelsesfilosofi

- DBT som inspirasjon i lederrollen
- DBT-prinsipper i ledelse. Eksempler fra Akuttenheten.
- Våre strategiske valg og erfaringer med rekruttering, organisering og daglig drift og faglig utvikling i DBT-team
- Målsetting: Erfaringsutveksling med kollegaer om hvordan drive effektive team.
- **60 min**

## Can Dialectical Behavior Therapy Help You Be a Better Leader



By Simone N. Sneed



SHUTTERSTOCK

### **FINDING DBT**

Growing up my dad introduced me to a lot of interesting people. Theologians, psychologists, monks, reiki healers...you get the idea. And I was fortunate enough to spend time with each of them, learning more about their work and the path that they were on. This early exposure to different tools and ways of living has given me a wide array of skills that help me be the type of workplace leader that I want to be. Grounded, generous and thoughtful. One tool that I have used every day since I learned it as a young person was Dialectical Behavior

- G.I.V.E
- A.C.C.E.P.T
- P.L.E.A.S.E

# TARGETS

## Primære mål:

- Overlevelse (lederforankring/rekruttering)
- Teamforstyrrende adferd (tilstedeværelse/målfokus/prioritering)
- Ferdighetsutvikling (utvikling og implementering)

## Sekundære mål:

- organisatorisk-, kultur-, motivasjonell, faglig, og individuell-utvikling.

# Dialektiske dilemma?

- All kompetanse i 1 enhet
- Flat-struktur
- Rekruttere alle samtidig
- 100 % DBT
- Mange DBT-terapeuter
- Høy kompensasjon for tlf.kons
- Fellesfaglig – ind og gruppe
- Stor struktur – manualfokus
- Mester – erfaring/trygghet
- Strengt avgrensede oppgaver/mye DBT til noen
- Utredning
- Rutinemessig feedback
- Spesialister
- GIVE (varm/støttende/ettergivende)
- Rutine/erfaring (standard program)
- Fordele kompetanse i avdelingen
- Tydelig hierarki
- Rekruttere og utvikle over tid
- 2 % DBT
- Få DBT-terapeuter
- Lav kompensasjon tlf kons
- Tverrfaglig Ind eller gruppe
- Stor fleksibilitet – prosessorientert
- Svern – juniorinnsikt/kreativitet
- Fleksibelt/åpne oppgaver – litt DBT til mange
- Behandling
- Spontan feedback
- Generalister
- FAST (prinsippfast/utfordrende)
- Utvikling/innovasjon (nye program/flere program)

A dining table set with various dishes including salmon, avocado, ham, and bread. The table is covered with a light-colored cloth and features several white plates and bowls. In the foreground, there is a plate of sliced ham on a bed of greens with cherry tomatoes. To the left, a plate of salmon is served with sliced cucumbers and tomatoes. Another plate shows a salad of avocado, tomatoes, and red peppers. In the background, a plate of ham and melon slices is visible, along with a bowl of grapes and a small container of butter. A glass of water and a silver salt shaker are also present on the table. The overall atmosphere is warm and inviting, suggesting a social gathering or meal.

**Takk for meg!**